16.005 Knedľa kysnutá
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polohrubá	5,80	5,80	7,30	7,30	8,30	8,30	9,30	9,30
múka na dosku	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20
vajcia	7	0,35	8	0,40	10	0,50	12	0,60
olej	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
droždie	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60
cukor kryštálový	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
mlieko	3,80	3,80	4,50	4,50	5,30	5,30	6,00	6,00
hmotnosť porcie v g	80		90		120		150	

Receptúra

Výrobný postup

Do preosiatej múky dáme soľ, vajcia a v malom množstve mlieka vykysnuté droždie. S vlažným mliekom vypracujeme cesto, ktoré necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto na pomúčenej doske delíme na rovnaké diely, formujeme rovnaké knedle a necháme ešte chvíľu kysnúť. Varíme vo vriacej osolenej vode 25 min. alebo na pare asi 20 min. Uvarené knedle po vybratí popicháme vidličkou, pomastíme a necháme vychladnúť. Vychladnuté krájame na plátky, poukladáme do paráka a udržujeme v teple.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1011	243	7,35	2,5	0,6	45,9	1,4	58,3	0,7	0,015	0,1	0,1	0,4	0,5
B	1274	306	9,13	3,3	0,9	57,7	1,8	70,3	0,9	0,017	0,1	0,1	0,5	0,6
C	1449	348	10,55	3,6	0,9	65,7	2,0	83,0	1,0	0,021	0,1	0,1	0,6	0,7
D	1640	394	11,93	4,4	1,2	73,7	2,2	94,6	1,1	0,024	0,1	0,2	0,7	0,8